

Prénom :

Date :

Démarche d'investigation : L'alimentation

Question :

.....

1) SE QUESTIONNER

Suite à la lecture de l'album « Je veux des pâtes » de Stéphanie Blake, quelles sont les questions que tu peux te poser sur l'alimentation ?



Q1 :

Q2 :

Q3 :

2) HYPOTHESES

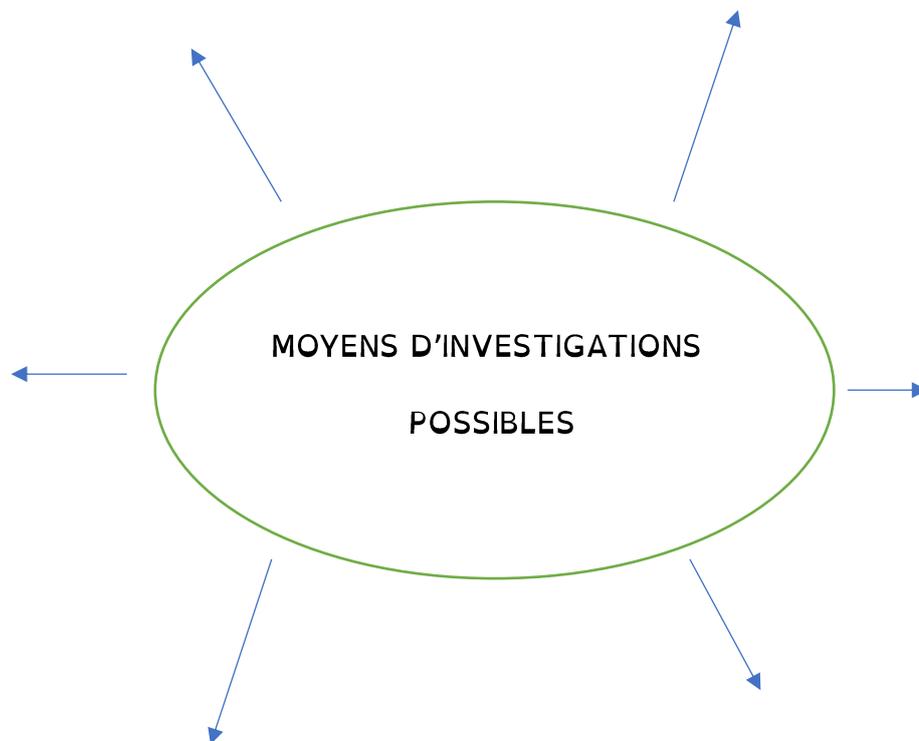
Maintenant émet une ou plusieurs hypothèses de réponses à la question choisi par le groupe.

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Prénom :

Date :

3) PROPOSER, CHOISIR DES MOYENS D'INVESTIGATIONS



Prénom :

Date :

4) CONSULTER DES DOCUMENTS OU DES PERSONNES

Les documents sont dans le dossier annexe.

5) ANALYSER ET DEBATTRE

Répond aux différentes questions à l'aide des documents, ensuite compare tes réponses avec ton groupe. Expliquez chacun votre point de vue.

a) Combien de familles d'aliments existent-ils ? Cite-les.

.....
.....

b) Quels sont les aliments qu'on peut consommer à volonté sans soucis ? Où se situe-t-ils sur la pyramide ?

.....
.....

c) Quels sont les aliments à consommer de temps en temps ? Où se situe-t-ils sur la pyramide ?

.....
.....

d) Entoure Vrai ou Faux. Si c'est faux, donner la bonne réponse.

- Je peux manger des œufs au petit-déjeuner, de la viande à midi et du poisson le soir. V – F

.....
.....

- Les aliments que nous absorbons ne jouent pas tous le même rôle. V – F

.....
.....

- Les fruits et légumes sont les aliments bâtisseurs V – F

.....
.....

Prénom :

Date :

e) Relie



Lipide



protéines et lipides



fibre et vitamines



glucides



Aliments énergétiques



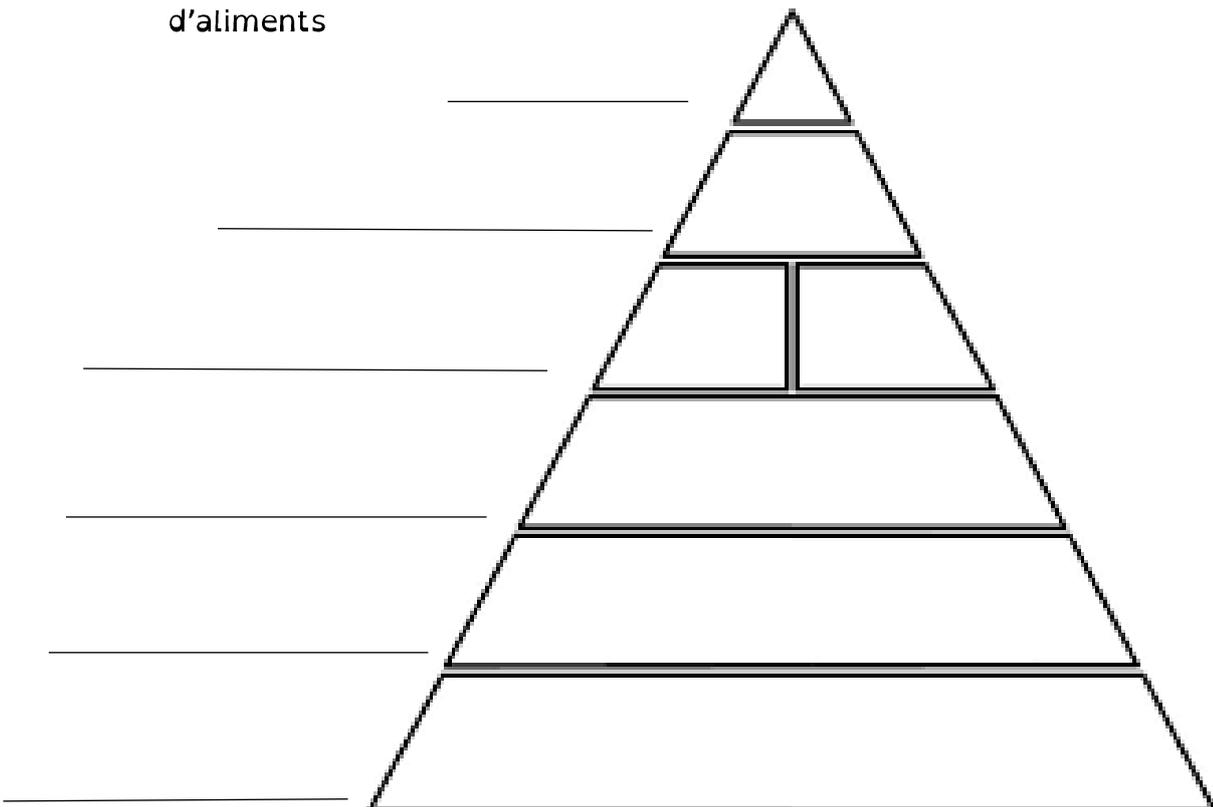
aliments bâtisseurs



aliments protecteurs



f) Complète la pyramide avec les titres des au moins deux exemples d'aliments



Prénom :

Date :

g) Relie

Bébé ●	● 2200 Kcal/j
Enfant ●	● 2300 Kcal/j
Adolescent garçon ●	● 3000 Kcal/j
Adolescent fille ●	● 1600 Kcal/j
Femme adulte ●	● 1000 Kcal/j
Homme adulte ●	● 2800 Kcal/j

h) Barre les menus qui ne sont pas équilibrés.



Prénom :

Date :

i) Classe chaque aliments dans la bonne colonne par rapport à sa provenance.

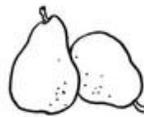
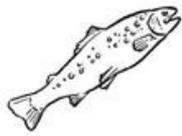


			
.....
.....
.....
.....

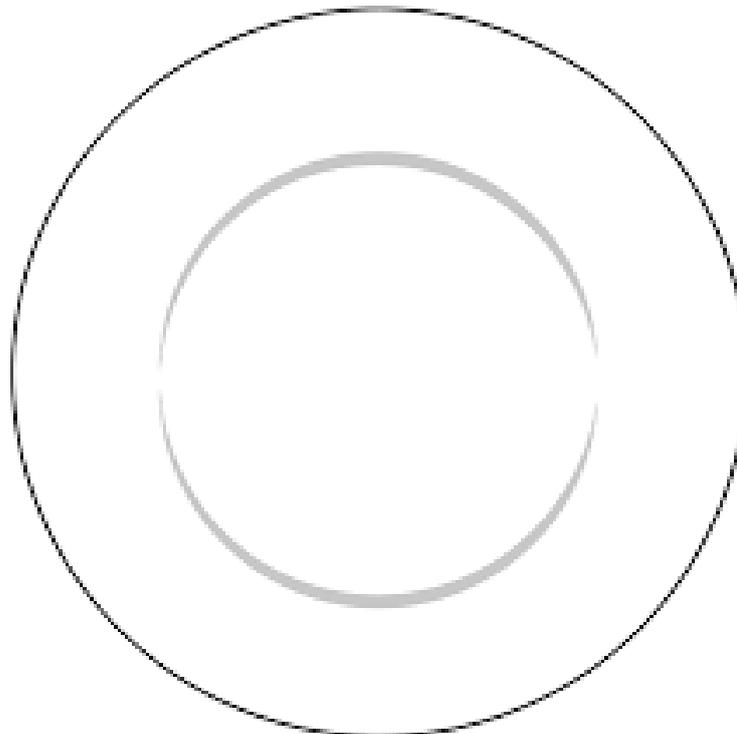
Prénom :

Date :

j) Colorie en vert les aliments d'origine végétale et en rouge les aliments d'origines animale.



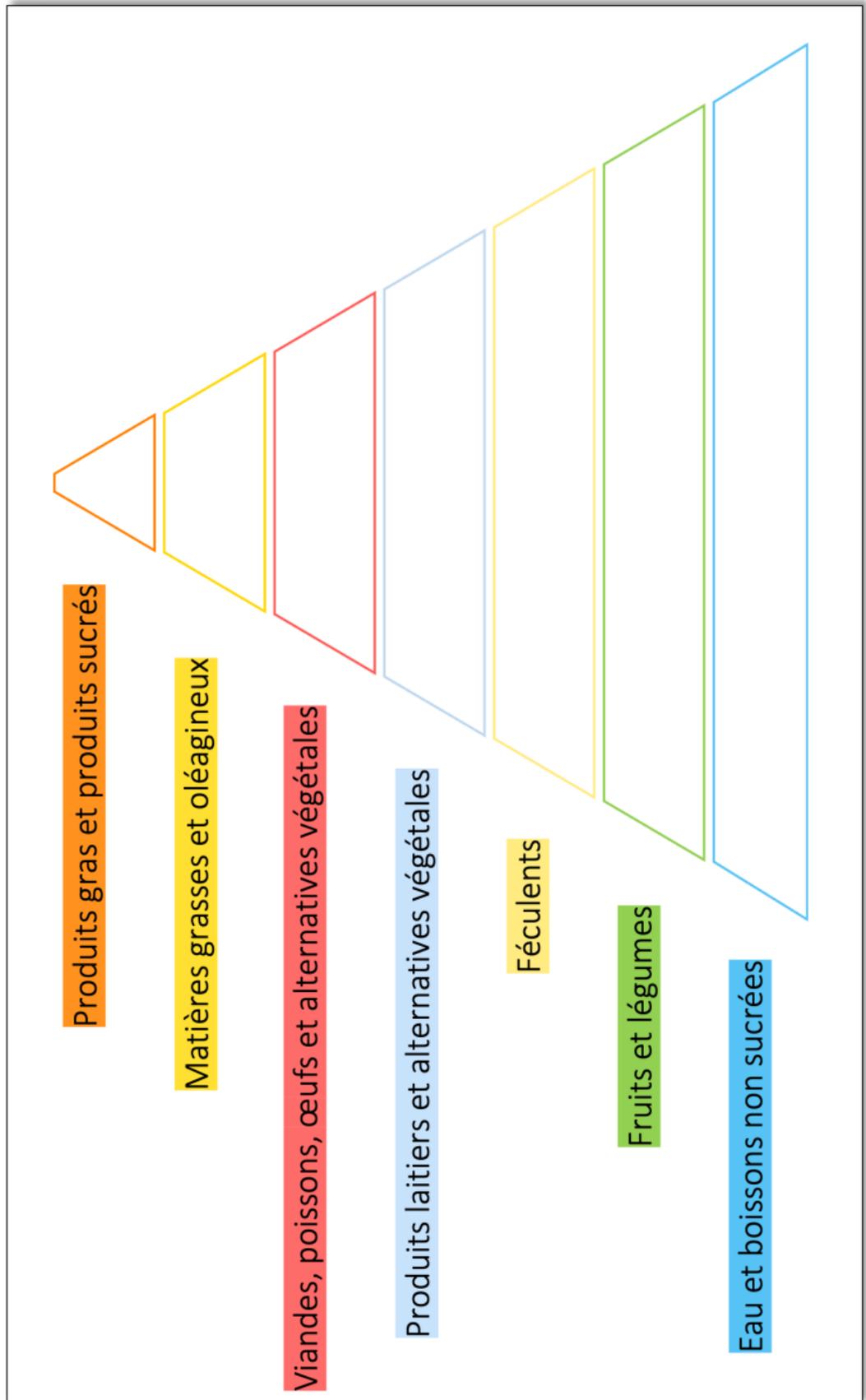
k) Dessine dans l'assiette un repas que tu souhaites manger. Celui-ci doit être équilibré.



Prénom :

Date :

7) UTILISER DES MODELES SCIENTIFIQUES
Complétons ensemble la pyramide alimentaire



Prénom :

Date :

8) STRUCTURER, VALIDER, SYNTHETISER

Construisons ensemble une structuration, un modèle répondant à la question

..... ?